

ARCHEO-YOGA

.....

Yoga e benessere alla scoperta del
Parco archeologico di Monte Sannace
Gioia del Colle



In collaborazione con



Direzione
Regionale
Musei Puglia



MONTE
SANNACE
PARCO
ARCHEOLOGICO

OGNI DOMENICA

Un incontro all'insegna del benessere e della storia e in uno dei luoghi più affascinanti della Puglia: un patrimonio suggestivo per il suo straordinario contesto archeologico, paesaggistico e naturalistico. Un'immersione nella civiltà peucezia (VI sec. a.C. - III sec. a.C.) in cui le caratteristiche geomorfologiche del sito permetteranno di ritrovare se stessi, combinando esercizi di respirazione, rilassamento e pratica dello Yoga della risata. Abbandona la frenesia del quotidiano per scegliere un tempo lento in cui ridere sarà il linguaggio per ossigenarsi ed allentare ogni vincolo.



SPERIMENTA IL MERAVIGLIOSO POTERE DELLA TUA RISATA

Il percorso di visita prevede vari punti di sosta nella zona dell'antico centro abitato e della acropoli che permettono di osservare strade, fortificazioni, resti di edifici con zone d'ombra, disegnate da muretti a secco, che un tempo venivano coltivati a mandorleti, vigneti e uliveti.

Un bosco di ulivi quindi, che è già di per sé un "*locus amoenus*", in cui il maestro dello Yoga della risata proporrà graduali sessioni di benessere emozionale e spirituale. A conclusione dell'itinerario è previsto un piacevole momento conviviale a base di prodotti tipici pugliesi.

PROGRAMMA

- Meeting point: ore 16:45 presso Parco Archeologico di Monte Sannace Strada Prov.le 61 - Gioia del Colle - Turi, km 4,5.
- Welcome coffee e presentazione della giornata.
- Percorso archeologico con guida.
- Sessioni di yoga con maestro di Yoga.
- Aperitivo conclusivo.
- Chiusura evento ore 19:30.

DATE

AGOSTO

DOMENICA 30

dalle 16:45 alle 20:00

DA SETTEMBRE

OGNI DOMENICA

dalle 9:45 alle 12:45



INFO UTILI

- Il percorso a piedi è di circa Km.3, privo di barriere architettoniche.
- Si consiglia abbigliamento sportivo e scarpe comode per gli esercizi yoga e la passeggiata in sentieri di campagna.
- E' necessario portare il proprio telo da mare o tappetino da fitness.

Tutte le attività saranno svolte in osservanza delle misure anti COVID-19 previste dalle Ordinanze Regionali n.237 del 17 maggio 2020 e n.255 del 10 giugno 2020.

Attività in Italiano (altre lingue disponibili inglese, francese, tedesco, spagnolo per gruppi su prenotazione).

Le iscrizioni saranno possibili entro non oltre il giovedì antecedente l'evento.

Per gruppi organizzati pick up con Minivan/MiniBus/Bus (dipende dal n. di turisti).

E' possibile prevedere il pick up da diverse strutture ricettive su prenotazione.

CONTATTI



www.wowpuglia.it
info@wowpuglia.it



+39 3801257788



WowPuglia



wow.puglia